

Nous mentons tous - gros mensonges, petits mensonges, omissions, maquillage de la vérité... - pour nous mettre en valeur, éviter les conflits, pour manipuler. Chacun a sa manière et ses codes. Dans son ouvrage "Psychologie du menteur", Claudine Biland nous apprend à le décoder.

Corinne Lebon,
psychologue, Paris

Mensonge, mode d'emploi...

Un livre fort instructif vient de paraître. Son titre annonce clairement la couleur : "Psychologie du menteur". Son auteur, Claudine Biland, est psychologue sociale, spécialisée dans la communication non verbale. Elle enseigne à Paris.

Son objectif est clair : plonger le lecteur dans les arcanes du mensonge pour en comprendre les "ficelles", afin d'être plus vigilant et conscient de ces signes de communication infra-verbaux et non verbaux que nous apprenons précocement et dont nous perdons le contrôle et le décodage à mesure que s'installe en nous la maîtrise du langage verbal... Le menteur est tellement concentré sur son discours qu'il oublie quelque peu de contrôler sa communication corporelle. La psychologie sociale nomme cela des "fuites comportementales".

Comment reconnaître le menteur...

Dans la vie de tous les jours, les incidences de nos mensonges sont parfois positives, parfois peu conséquentes, parfois gravissimes. De nombreuses situations quotidiennes sont décortiquées par l'auteur, à partir de recherches expérimentales, pour faire la part des choses et comprendre ce qui pousse à mentir. Nous sommes renseignés sur les moyens qu'utilise le menteur pour faire passer son mensonge : le contrôle

Entretien avec Claudine Biland*

CL: Pourquoi la culture réprime-t-elle le mensonge alors qu'il est indispensable à la vie en société?

CB: Notre culture, comme les autres cultures, a pour vocation (entre autres) d'être un garde-fou, un guide de conduites, de nous signaler les bonnes et les mauvaises attitudes à adopter dans la vie. Parfois nous "collons" à ces principes, parfois nous nous en écartons. Si vous êtes d'accord avec moi pour considérer que la culture est un guide (de bonne conduite), elle ne peut en aucun cas nous inciter à commettre des actes répréhensibles comme le mensonge par exemple. Cela étant, précisons que, si le mensonge est connoté négativement dans notre culture chrétienne (comme dans d'autres), il ne fait partie ni des sept péchés capitaux, ni des dix commandements. Moïse nous demande de ne pas commettre de faux témoignage, mais il ne nous commande pas de ne pas mentir et la nuance est d'importance puisque le faux témoignage est LE mensonge nuisible par excellence!

CL: Savoir mentir permet-il de contrôler son image sociale?

CB: Si vous entendez par "image sociale" le fait de produire en société (travail, relations amicales et famille) une image de soi la plus positive possible, effectivement le mensonge joue un rôle. Contrôler l'image que l'on va produire relève parfois d'une petite tricherie. Si vous rencontrez pour la première fois la famille de votre futur mari, vous allez tout faire pour mettre en avant et en valeur vos qualités et votre bonne éducation afin de paraître (presque) parfaite ou en tout cas la femme "idéale" pour ce jeune homme.

Autre exemple, lorsque vous êtes en entretien d'embauche, vous allez faire de même afin d'optimiser vos chances de décrocher un job. Le mensonge, par omission, le travestissement de la réalité est un outil de ce "contrôle de son image sociale".

CL : Vous mentionnez que les femmes ont plus tendance que les hommes à mentir par altruisme...

CB : Les femmes jouent un rôle précis dans notre société. On attend d'elles qu'elles apaisent les conflits, rendent la vie de leurs proches la plus douce possible, consolent. De ce fait, lorsque c'est nécessaire, et pour atteindre ces objectifs, elles utilisent le mensonge altruiste, celui qui a pour vocation de faire plaisir ou de ne pas faire de la peine...

***Claudine Biland.**
Psychologie du menteur.
Paris : Editions Odile Jacob, octobre 2004.

de soi, la connaissance des autres. Nous découvrons peu à peu que d'autres stratégies sont plus subtiles et, parfois, très lourdes de conséquences pour celui à qui s'adresse le mensonge : le menteur peut se référer à ses compétences dans un domaine, lesquelles vont "faire autorité" sur sa cible. Nous sommes facilement manipulés, au point de perdre toute empathie envers l'autre, tout sens critique envers les actes qui nous sont demandés... Le menteur, pathologique pour le moins, peut aussi abuser de notre incapacité à imaginer l'impensable ; Claudine Biland, entre autres exemples, évoque Hitler...

Dans le cadre judiciaire par ailleurs, il est toujours essentiel de s'approcher au plus près de la vérité, de détecter le mieux possible la véracité d'un témoignage, que ce soit celui de l'accusé ou celui du témoin... C'est sur ce point que l'on découvre l'engagement citoyen de Claudine Biland. Ainsi, elle offre une méthode utilisable par tous, présente de nombreuses stratégies de détection, une sorte de grille de lecture très fournie des comportements du menteur, un inventaire des questions à se poser, des signes à observer, afin d'éviter de se laisser prendre au piège. Cela demande sans doute un peu d'exercice...

Le mensonge est un acte de tromperie délibéré !

Le mensonge au féminin

Il existerait un "stéréotype tenace" : les hommes pensent que les femmes mentent davantage... Les femmes mentent effectivement beaucoup, mais pas plus que les hommes ! En revanche, leurs mensonges sont plus souvent altruistes que ceux des hommes, surtout s'ils sont adressés à d'autres femmes... Elles semblent préférer le compliment, peut-être en raison d'un plus fort sentiment de culpabilité. Leurs transgressions sont un peu moins fréquentes, et elles les avouent plus que les hommes... Un avantage, en revanche, en faveur des hommes : ils oublient vite qu'on leur a menti. La mémoire des femmes semble plus tenace !

Ajoutons qu'il est commun de voir les petites filles "bavarder" entre elles pendant que les garçons s'organisent en grands groupes autour de jeux collectifs. Elles aiment partager leurs expériences, leurs sentiments et prennent vite conscience de la difficulté à entretenir des relations durables. Mentir ou atténuer la réalité pour faire plaisir à l'autre, éviter le conflit ouvert, est une stratégie bien rôdée depuis l'enfance...

Les comportements non verbaux des hommes et des femmes lorsqu'ils mentent sont également analysés. Si, dans un dialogue non mensonger, hommes et femmes n'utilisent pas leur corps de la même manière pour accompagner leur discours, ces différences ont tendance à s'effacer dans le mensonge... Nous avons tous la même représentation du menteur...

Dans le couple, une arme qui s'use !

L'auteur pose un constat plutôt rassurant : si les couples nouvellement formés avouent mentir souvent (les mensonges sont souvent peu conséquents), les couples plus installés dans la durée utilisent moins cette stratégie

relationnelle. Sans doute y a-t-il de nombreuses raisons à cela, mais aussi des exceptions. Nous contrôlons mieux nos comportements lorsque nous mentons à une personne intime ; nous savons qu'elle nous connaît mieux, qu'elle s'est habituée à notre façon d'être.

Pour qualifier des situations extrêmes, Claudine Biland nous rappelle l'histoire tragique de Jean-Claude Roman, que sa famille n'a jamais soupçonné pendant presque vingt ans. Ses mensonges étaient tellement séduisants qu'ils ont probablement donné à ses proches l'envie d'y croire, éteignant chez eux tout sens critique. Mais nous touchons là au mensonge pathologique, à la mythomanie.

L'enfant sait-il mentir ?

Le mensonge est un acte de tromperie délibéré. Il nécessite de la part du menteur d'être pleinement conscient de soi et des autres, d'être en capacité de se maîtriser, d'anticiper et de concevoir l'effet de son acte sur autrui. Les chercheurs s'accordent pour considérer que les très jeunes enfants savent mentir. Or la conscience de soi va de pair avec la conscience d'autrui. Elle se construit au fil des années, lentement. L'enfant prend conscience de son enveloppe corporelle vers 2 ans ; c'est une première délimitation face à autrui. Désormais, il peut progressivement faire l'expérience d'un dehors et d'un dedans, et prendre conscience de la limite entre "ce qui est dans sa tête" (ses représentations mentales) et ce qui relève de la réalité concrète. Cette frontière intérieure reste cependant fragile. Ce n'est qu'à partir de 4 ans environ qu'il développera un "soi intime", le mettant en capacité de mieux contrôler l'expression au-dehors de sa vie intérieure, tumultueuse... Il découvrira alors qu'il peut cacher ce qu'il pense, ne pas dire, ou dire autrement. Est-ce du pur mensonge ? Parfois, sans doute, dans la mesure où l'enfant a compris qu'il peut créer de fausses croyances dans la pensée d'autrui. Mais ce mensonge reste assez rudimentaire. Il faut à l'enfant une pensée plus rationnelle - vers 6 ans -, pour contrôler les mécanismes du mensonge et concevoir que d'autres peuvent les utiliser, notamment les adultes. Beaucoup d'enfants fabulent plus qu'ils ne mentent, et ce, jusque vers 8 ans parfois.